A Revista Oficial da Terapia Holística

Revista TH

Dezembro - 2016
Janeiro - 2017
46

FINAL DE ANO
E AS ESSÊNCIAS FLORAIS DE BACH

PROSPERE!

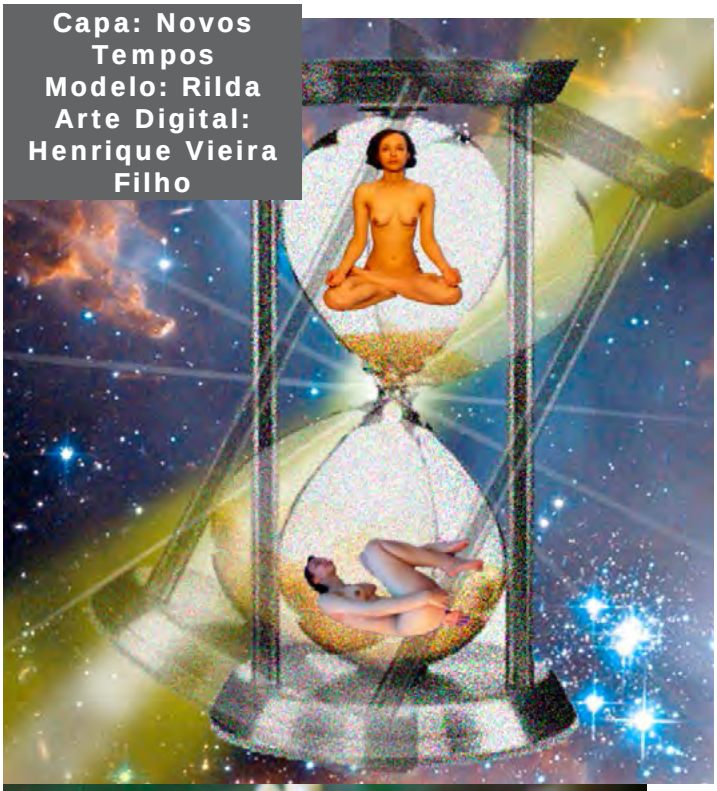
PERCEPÇÃO DA QUALIDADE

PAPAI NOEL E OS XAMÃS
LENDAS, PUBLICIDADE E TERAPIA

OBRIGAÇÃO DE SER FELIZ
E AS ANGÚSTICAS DAS FESTAS

TERAPIA DO LUTO
TRAGÉDIAS COLETIVAS

O QUE ESPERAR DE 2017



Capa: Novos Tempos
Modelo: Rilda
Arte Digital: Henrique Vieira Filho

ÍNDICE

04 Os Festejos De Fim De Ano E Os Florais De Bach

07 As Tradições Xamânicas E Sua Incorporação À Mitologia Do "Papai Noel"

10 Prospere!

13 Tragédias Coletivas Em Terapia

21 Calendários, Deuses E O Nexo Temporal

26 A Percepção Da Qualidade

29 Equilíbrio Energético

31 O Que Esperar De 2017

Holly
© Paul Wray, Iowa State University

Crescer
Modelo: Andrea
Arte Digital: Henrique Vieira Filho

Quadro:
Katrina Giocconda
Artista Plástico:
Henrique Vieira Filho

Editorial

É com grande prazer que publicamos esta que é a **47a Edição Online da Revista TH, a Revista Oficial da Terapia Holística**.

Além de Artigos inéditos e recentes, este bimestre contamos com a re-edição de algumas postagens, devido à sua relevância de suas pautas com este período de passagem de um ano ao outro.

A angústia nos períodos de festividades é a pauta do Artigo "**A Obrigação De Ser Feliz**".

Os **Florais de Bach** também foram enquadrados na temática, pois várias das plantas de onde se extraem suas essências estão presentes nas tradições de fim de ano.

Nem mesmo Papai Noel escapou do Artigo que nos remete à origem das lendas, incluindo um dos **ancestrais do Terapeuta Holístico: os Xamãs.**

A necessidade de controlar o tempo é o tema da matéria "**Calendários, Deuses E O Nexo Temporal**".

Também a imensurável e recente tragédia da queda do avião, que ecoa com as do ano passado, em Mariana e Paris, geraram o texto sobre Terapia do Luto em "**Tragédias Coletivas Em Terapia**".

Em "**O Que Esperar De 2017**", a sincronicidade entre o movimento dos astros e nossas vidas orienta nossa visão do ano que ora inicia.

E, claro, sem nos prender a este período do ano, esta Edição igualmente apresenta matérias de interesse coletivo e que extrapolam qualquer data.

É o caso do Artigo "**A Percepção Da Qualidade**", que aborda a o quão importante é e como transmitir aos nossos Clientes a constatação da eficácia do trabalho terapêutico.

Já o "**Equilíbrio Energético**" aponta a harmonização com as técnicas terapêuticas para os momentos de grande negatividade.

O otimismo com as técnicas holística também é pauta no artigo "**Prospere!**"

Nossos votos de uma excelente leitura e de um ótimos período de passagem para todos !

Henrique Vieira Filho
Jornalista Responsável
MTB 0080467/SP

Edição, Diagramação, Ilustrações e Jornalista Responsável
Henrique Vieira Filho

Organização
SINTE
Sociedade Internacional de Terapia

Homepage
www.revistath.com.br

Contato
www.sinte.com.br
contato@sinte.com.br

Conselho de Auto Regulamentação da Terapia Holística

Alameda Santos, 211 cj 1403
São Paulo - SP CEP 01419-000
(11) 3171-1913

OS FESTEJOS DE FIM DE ANO E OS FLORAIS DE BACH

Muitos dos componentes das ceias e enfeites tradicionais das cerimônias de ano novo são derivados de plantas, cujas flores originam as essências de Bach.

Existe Sincronicidade entre a utilidade destas essências e as lendas seculares e símbolos tradicionalmente associados a estes artigos tão comuns nos festejos de ano novo, mesmo em nossa sociedade atual.

Observando com atenção, encontraremos nas festividades de ano novo, muitas das plantas de que se extraem as essências **Florais de Bach**.

E, como tinha que ser, há muitas **SINCRONICIDADES**, ou seja coincidências especiais, entre as aplicações destes florais e o simbolismo que chegou até nossos dias.

A tradição de enfeitar um pinheiro, por exemplo, teve início há milhares de anos, nos ritos dedicados a Átis, esposo da deusa Deméter (Cibele), sendo que cortavam a árvore e a enrolavam como a um cadáver, representando a morte desta divindade grega-romana. O dia seguinte era de luto e de jejum.

Depois disso, passavam dos gritos de desespero para um júbilo delirante com banquetes fartos e alegria pela ressurreição de **Átis**, sendo então o pinheiro colocado em pé e enfeitado com ornamentos festivos...

Modernamente, essa mesma planta simboliza o período natalino, sendo usada nas comemorações do aniversário de Cristo, que segundo a tradição, foi aquele que assumiu todas as culpas, perdoou e ressuscitou.

Assim também atua a essência extraida da flor do pinheiro (**Pine**) que nos ajuda a superar nossas culpas, permitindo que renasçamos como uma pessoa melhor.

Outro enfeite típico dessa época do ano é a guirlanda, originalmente feita com visco e AZEVINHO, sendo que desta planta que se obtém o **floral Holly**.

Quem gosta de desenhos animados, certamente se recorda do clássico Tom e Jerry, onde em plena perseguição, o rato aponta para o Holly na guirlanda e, imediatamente, Tom esquece a raiva e se vê compelido a beijá-lo, como manda a tradição americana.

Assim também o é com sua essência floral respectiva, que nos ajuda a abrandar os ânimos, despertando nosso lado mais afetuoso.

Ainda que sem sentido para o clima tropical do dezembro brasileiro, por tradição, várias frutos europeus são partilhados nas ceias comemorativas deste mês, como por exemplo, a noz, de cuja mesma planta se extrai o floral

Walnut
© Goran Sweden´s

Walnut.

De acordo com a "doutrina das assinaturas de Paracelso" (semelhante trata semelhante...), podemos extrapolar com a imaginação e interpretar este fruto como um "cérebro" protegido por um "capacete".

A essência da flor da Nogueira justamente auxilia a quem dele bebe a centrar suas idéias, ficando protegido das influências e opiniões de outras pessoas.

Os mais diversos tipos de castanhas também compõem a farta mesa comemorativa, sendo que das flores de outras da mesma espécie, várias essências energéticas são extraídas.

A Castanheira-da-Índia nos fornece dois florais. De sua flor em botão, obtemos o **Chestnut Bud**, que nos ajuda a evitar de cometer os mesmos erros de sempre (atentem que é parte das "resoluções de fim-de-ano" as pessoas prometerem a si mesmas que farão as coisas de forma diferente, daquela data em diante...).

Na maturidade da flor é extraída a essência **White Chestnut**, que auxilia a dissipar os pensamentos persistentes, por sinal, muito comum nestes períodos, justamente por analisarmos tudo que fizemos ou deixamos de fazer durante o ano que finda.

E, temos também, a Castanheira Vermelha, do floral **Red Chestnut**, justamente para aqueles que se desgastam com excesso de zelo com

seus entes queridos, característica acentuada nas costumeiras reuniões familiares típicas dos festejos.

Por último, o **Sweet Chestnut**, do Castanheiro Doce, que nos conforta nos momentos de maior desespero. A f i n a l , justamente enquanto muitos se alegram nestes períodos, outros tantos entram em profunda desarmonia, sentindo-se ainda mais sós, mais ansiosos e frustrados, ao refletirem sobre o ano em término.

Na decoração das casas, é comum o uso de estrelas, o que nos remente ao floral **Star-Of-Bethlehem** (Estrela-de-Belém).

Em todas as culturas, a estrela cadente simboliza o alerta de que algo importante está acontecendo e que grandes mudanças se iniciam, quer sejam tragédias, quer sejam salvações.

Na tradição cristã, o nascimento de Jesus é anunciado desta forma, bem como, centenas de anos antes desta história, a estrela SaVaNaORaHa comunica o nascer de um dos budas, Agni, filho de Maya, a mãe-virgem, e de Twâstri, o carpinteiro, com o bebê acomodado entre a vaca mística e o jumento...

Esta essência igualmente auxilia a quem dela utiliza a iniciar uma nova fase, como a salvação anunciada perante traumas e tragédias acontecidas em nossas vidas.

Toda festividade de passagem inclui o vinho, que é a "água da vida", o "sangue divino", simbolismo este comum para quase todas as culturas conhecidas.

Na psicanálise junguiana e na alquimia, equivale à transmutação pela *solutio*, onde se dissolve os aspectos rígidos da personalidade.

Assim o é, tanto com a essência floral **Vine,** como o era a embriaguês divina nos rituais dionisíacos (ver o artigo Floral Vine e a Lenda de Penteu), quanto também despertar o divino em si, bebendo o sangue de deus.

Cerca de 500 a.C., no principal templo da antiga religião do Mitraísmo (mesmo local onde hoje em dia está implantado o Vaticano...), havia rituais que simbolizavam a história em que o deus Mitra reparte o pão, a carne e o vinho, com seus doze discípulos, pouco antes de ser morto pelos pecados da humanidade e ressuscitar ao terceiro dia, redimindo a todos com seu perdão...

Quem conhece o conceito junguiano de **Arquétipo**, certamente não estranha o fato de que histórias semelhantes se repitam em várias culturas e religiões diferentes, separadas pelo tempo e espaço, pois, afinal, o inconsciente é coletivo e compartilhado por toda a humanidade.

Enfim, espero que após este breve artigo, cada um de nós aplique um olhar diferente aos rituais de fim-de-ano.

E, claro, bons **Florais de Bach** para todos !

Este artigo baseou-se no livro:

Florais de Bach Uma Visão Mitológica, Etimológica e Arquetípica
Autor: **Henrique Vieira Filho** - Terapeuta Holístico - CRT 21001
Editora Pensamento

Que pode ser adquirido nas melhores livrarias, além de, via postal, em www.livroteca.com.br.

AS TRADIÇÕES XAMÂNICAS E SUA INCORPORAÇÃO À MITOLOGIA DO "PAPAI NOEL"

Antigos sacerdotes do norte, cogumelos, renas, São Nicolau e até um refrigerante famoso...

Um paralelo entre os costumes dos antigos xamãs siberianos, a figura de São Nicolau e como tais histórias mesclaram e chegaram até nossos dias, transformada em "Papai Noel".

Já abordei em outra oportunidade que os atuais **Terapeutas Holísticos** descendem, em sua forma de terapia, dos antigos xamãs e sacerdotes (ver artigo Xamãs - Os Precursores dos Terapeutas Holísticos Modernos), sendo que, é claro, adaptando as técnicas às normas da sociedade atual.

Por exemplo, séculos atrás, o acesso ao inconsciente, não raro, era obtido via ervas alucinógenas, enquanto que, na **Terapia Holística**, o mundo onírico é alcançado de forma bem mais saudável, com métodos de relaxamento, associações de idéias, vivências induzidas pelo toque, hipnose, dentre outras opções.

Desta vez, focaremos na figura milenar dos Xamãs Siberianos, vestindo suas pesadas roupas de pele, viajando velozmente em seus trenós puxados por renas, em busca do sagrado cogumelo vermelho e branco, colhidos um a um e armazenados em um saco de couro, para serem compartilhados com os membros destacados da tribo.

O sacerdote entra pela chaminé das moradas (a passagem para as pessoas e para a fumaça das fogueiras é a mesma, neste tipo de tenda...), presenteando os moradores com suas cantigas, danças e, é claro, o fungo mágico, o qual, para ter sua toxidade diminuída, é assado na fogueira, espetado em galhos. Alguns dos efeitos deste vegetal é a sensação de voar, além de vermelhidão nas bochechas e nariz, comumente acompanhados de surtos de gargalhadas...

Qualquer semelhança com a moderna figura do **Papai Noel** de rosto rosado, aterrizando de seu vôo, colocando presentes à lareira, assando marshmallows e rindo à toa, é muito mais do que coincidência...

Das terras geladas do Norte, as histórias destes poderosos xamãs migraram para o restante do mundo ocidental, criando sincretismo com as lendas já estabelecidas anteriormente.

Para alcançarmos a mercantilizada e moderna figura do "Papai Natal" (*natalis* no latim, derivada do verbo *nascor* ou seja, "nascer", de onde originaram "natal", em português, "natale", em italiano, e "noël", em francês...), temos que destacar a forte influência de duas organizações muito poderosas: a antiga igreja romana e... o fabricante de um famoso refrigerante !

Uma das eficientes estratégias de disseminação na "nova" religião era a de incorporar para si, as datas, festejos, ritos e personagens de suas "concorrentes", adaptando-os para si.

Desta forma, eram mais facilmente aceitos e compreendidos pela população, acostumada com os antigos deuses e cerimônias.

Por exemplo, a data comemorativa do nascimento de Jesus de Nazaré foi alterada mais de uma dezena de vezes, convenientemente coincidindo com festividades já existentes do público alvo.

A última data assumida corresponde ao solstício de inverno no hemisfério norte, ocasião em que festejavam o deus Mitra, cujo principal templo era onde hoje se encontra o Vaticano...

Especificamente sobre o tema deste artigo, os publicitários (também me considero um...) papais conseguiram "salvar vários coelhos com uma só cajadada no caçador" (é que sou vegetariano...): criaram o "super-xamã" !

Nenhum trenó de renas voava mais veloz do que o do bispo Nicolau...

Ninguém trazia presentes melhores que os dele: moedas de ouro para as donzelas sem dote e brinquedos para as crianças, fabricados por um exército de demônios que ele subjugou, obrigando-os a trabalhar para ele.

As mesmas forças que transformaram "vossa mercê", em "vós mecê", depois em "mecê", "você", "ocê", até o atual "cê", fizeram com que "Saint Nikolaus" (Santo Nicolau) migrasse para os Estados Unidos, como "Santa Claus" e de um bispo católico, para um personagem cristão genérico.

Ilustração de Santa Claus, por Thomas Nast

Novamente, os publicitários tem seu papel nesta história e a primeira figura da nova versão do personagem de que se tem notícia é de 1863, de autoria de **Thomas Nast**, mantendo traços de figuras bíblicas, como a respeitável barba branca, mas trajando roupas estilo esquimó, apropriadas às terras gélidas e distribuindo presentes, como o santo católico e os xamãs.

Pela primeira vez, a lenda de ***Santa Claus*** aparece associada aos festejos natalinos, tradição esta incorporada em definitivo até nossos dias.

Alguns estudiosos do xamanismo afirmam que, nas cerimônias com os cogumelos sagrados, os sacerdotes vestiam-se com as mesmas cores deste alucinógeno vegetal (cogumelo xamãnico, vermelho com círculos brancos...).

Eis que em 1931, finalmente o personagem é ilustrado com vermelho e branco, justamente as cores do rótulo da bebida que patrocinou a campanha publicitária, que se renova todos os anos, desde então, associando o "bom velhinho" a esta marca específica.

É uma ironia do destino que, este produto que nasceu como xarope para dores de cabeça e que se reinventou como refrigerante, utilize as mesmas cores do fungo "mágico"...

Ainda mais porque seu nome sugere que os extratos vegetais de sua fórmula secreta tenham a ver com a folha-de-Coca e a noz-de-Cola, poderosos estimulantes, mas que, felizmente, longe estão da toxidade da referida planta xamânica.

Claro, sei que existe muitas outras versões igualmente plausíveis para tudo que abordamos neste pequeno texto.

Creio que nunca saberemos o que é verdade e o que é ficção, quais histórias foram propositadamente criadas com fins bem definidos e as que surgiram espontaneamente oriundas dos sonhos e anseios da humanidade.

Santa Claus - Campanha Coca-Cola - 1931

O importante é constatarmos que estas festividades, mais do que simples produtos do mercantilismo moderno, remontam ao universo dos **Arquétipos**, dos **Símbolos** e do **Inconsciente Coletivo**, que fascina não só aos **Terapeutas Holísticos** (inclusive, por obrigação profissional de estudar...), como a qualquer indivíduo em busca do conhecimento.

Independente disso, ainda que no Brasil seja verão, desejo um **feliz festejo de solstício de inverno para todos !**

Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913

PROSPERE!

Crescer
Modelo: Andrea
Arte Digital:
Henrique Vieira Filho

Fim de ano chegando! Com ele fechamos alguns ciclos e damos início ao novo, novos projetos, metas e esperanças.

Nessa fase somos tendenciosos a questionar sobre as escolhas realizadas, no ano que termina, se conseguimos alcançar os objetivos traçados...

Ao fazer esse tipo de reflexão, é comum que muitos se decepcionem com o inatingível, o que causa desencorajamento, e pensamentos pessimistas.

Não desista!

Devemos apostar todas as nossas esperanças no novo ano que se inicia, pois neste talvez não se tenha mais tempo...

Com a chegada do novo ano, reforçadas com as mudanças atuais, as oportunidades surgem quando crermos em nosso potencial, deixando a limitação de crenças em decorrência da atual situação que o país.

Mas, ainda há tempo de fazer escolhas!

"Escolha a TERAPIA HOLÍSTICA!"

Foque no ser humano como um ser integral, mente corpo, emoção...

Trabalhe o reflexo da desarmonia de corpos energéticos!

Todos nós somos governados aos pensamentos de Yin e Yang, porém o excesso dessas energias podem causar desequilíbrios dos princípios que governam o universo que está presente em cada um de nós.

Se o terapeuta desiste de investir em si, que mensagem está transmitindo?

"O que quer que você lute, você fortalece, e o que você resiste, persiste."

Eckhart Tolle

A Prosperidade é um estado cobiçado por quase todos os seres humanos, que desejam atingir padrões de vida que lhe garantam a contínua sensação de contentamento e estabilidade emocional.

Etimologicamente, a palavra “prosperidade” se originou a partir do latim “prosperitate / prosperare”, que significa “obter aquilo que deseja”.

É chegada hora de evoluir, seguir em frente, colocar suas ideias em prática, ser positivista, se algo não sair da maneira que planejou, reveja suas ideias e se autopromova, divulgue-se!

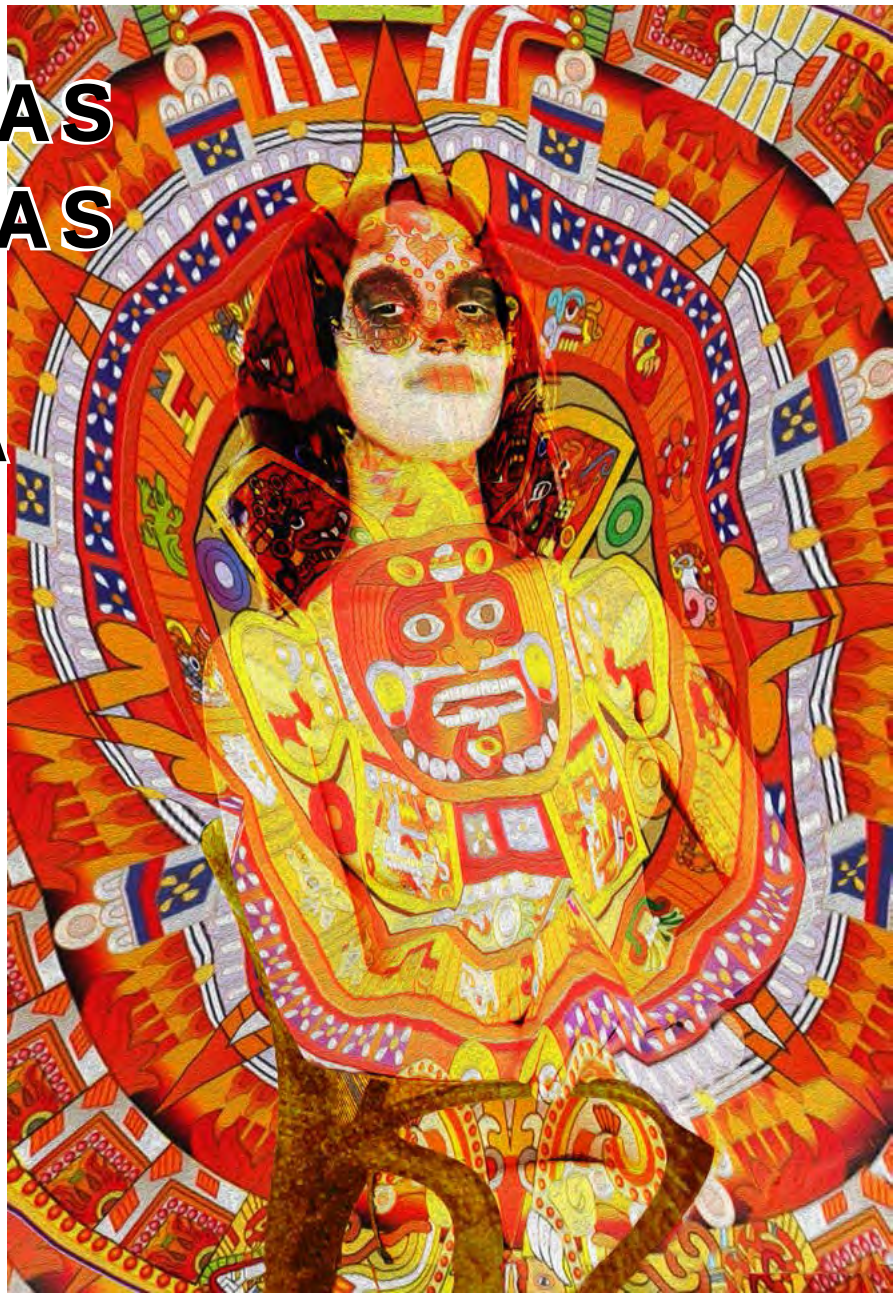
É importante focar para o alto, pois nenhum profissional sai da normalidade se não ousar.

Inspire-se.

Marcella Letícia Ferreira Romero
Terapeuta Holística - CRT 49127

Atua com Psicoterapia Holística e I Ching.

TRAGÉDIAS COLETIVAS EM TERAPIA



Dentre os tópicos mais comentados e pesquisados na internet, temos a recente queda de avião, que dentre os passageiros e tripulação, incluiu jogadores de futebol do time Chapecoense e jornalistas.

No ano passado, já houve muita polêmica nas redes sociais, como se uma tragédia concorresse com a outra: a de Paris e a de Mariana...

Todas tem em comum o imensurável dano emocional das mortes.

E a **Terapia Holística**, como trabalha as perdas, o luto, as tragédias ?

Teóricos classificam a morte em categorias, sendo que, um deles, Kovács, M.J., em sua obra “Educação para a Morte - Temas e Reflexões”, nos apresenta o que nominou de **morte escancarada**:

Via de regra, do tipo violenta, em guerras, tragédias, desastres e emergências, envolvendo a banalização da morte, com superexposição da midia, o que tanto pode criar possibilidades de discussão, como tão somente gerar perplexidade e desconforto:

“A morte escancarada por ser inesperada não permite preparo prévio.

Envolve múltiplos fatores que podem dificultar a sua elaboração: perdas múltiplas (morte de várias pessoas da mesma família), perdas invertidas (filhos e netos que morrem antes de pais e avós), presença de corpos mutilados, desaparecimento de corpos e cenas de violência.” (Kovács)

Complementando ao tópico acima, Philippe Ariès, nos apresenta outras classificações complementares de morte:

A “**domada**”, mais comum à Idade Média, onde morrer era um risco cotidiano, por doenças, ferimentos, e o temor maior era quanto à forma abrupta, que poderia impedir os rituais de despedida, como um evento familiar que incluía a espera no leito, o lamento pela vida, a evocação de pessoas e coisas amadas, o perdão e a absolvição sacramental. (Ariès, 2003).

A “**interdita**”, onde não era mais entendido como um fenômeno natural, sendo aplicada a **“medicalização” da morte**, quando os moribundos eram levados aos hospitais para morrer, lugar que era conveniente para esconder a repugnância e aspectos sórdidos ligados à doença.

Dessa maneira, foi ficando mais comum a supressão do luto e das manifestações de dor. (Ariès, 2003)

E temos, ainda, a morte “**reumanizada**”, onde, ao invés da busca de a todo custo impedir ou adiar o falecimento, aplica-se a ortotanásia, onde se cuida para que a pessoa tenha uma morte digna, sem procedimentos que iriam somente prolongar a vida sem qualidade.

Independente de classificação, a morte é pauta em atendimentos de consultório, existindo até abordagens específicas, como a **Terapia do Luto**.

O processo de luto, quando bem vivenciado, facilita condições para uma adaptação à perda, despertando a disponibilidade para novos investimentos em sua vida, reorganização uma nova rotina para o dia a dia.

Mas, há fatores complicadores, conforme a circunstância do acontecimento do luto:

O “**antecipatório**”, quando, por exemplo, inicia desde o um diagnóstico de problemas de saúde incuráveis;

O “**parental”**, que envolve a morte de filho, também é chamada de “morte invertida” e costuma envolver sentimentos de culpa dos pais;

O “**adiado**”, acontece normalmente quando não há vivência imediata da perda, por diversos fatores e só ocorre muito tempo após o acontecimento;

O “**inaceitável**”, quando não há amparo social e/ou nas crenças e costumes, como por exemplo, mortes de animais, aborto, ou de amantes;

O “**suspenso**”, que ocorre em casos de ausência ou desaparecimento do corpo;

Complementando, e bem no contexto atual, há ainda o luto "**coletivo**", com a sensação de perda disseminada por toda uma coletividade, como o que se gerou perante o ataque terrorista em Paris e a tragédia sócio-ambiental em Mariana.

Boa parte dos teóricos, para fins de facilitar o entendimento, descrevem o que chamam de "fases do luto".

Klüber-Ross (1996) é talvez a referência mais citada, classificando em cinco fases do luto, que também se aplicavam as pessoas que vivenciavam outros tipos de perda:

"**Negação**", quando a pessoa parece não acreditar que ocorreu a morte;

"**Raiva**", marcado por sentimentos de revolta, ressentimento e até a atribuição de causa ou culpa para algo ou alguém;

"**Barganha**", período em que ocorre uma espécie de negociação que possa mudar ou evitar a perda. É comum o apelo a entidades divinas e quaisquer crenças por meio de pactos ou promessas;

"**Melancolia**", período de extrema tristeza, introspecção e isolamento;

"**Aceitação**", que é a fase derradeira, mas que não significa o fim do sofrimento, mas um período em que a pessoa deixa de lutar contra a morte, a aceita e isso facilita o enfrentamento.

A **Terapia Holística** possui muitos instrumentos para que possamos atuar como mediadores, catalisadores do processo de luto.

Uma das vertentes mais procuradoras e bastante polêmica é a **Terapia Comportamental**, que propõe "tarefas" a serem executadas pelo **Cliente**, algo como um "passo a passo", com prazos e metas.

Claro, sempre é tentador, tanto para a pessoa atendida, quanto para o Profissional, trabalhar dentro de uma expectativa de tempo e de resultados...

Muitas vezes, é necessário, como, por exemplo, nos casos de pessoas que sejam arrimos emocionais e/ou financeiros dos demais, não sendo possível ficar sem a retomada de suas rotinas de vida.

Outrossim, devemos sempre ter em mente que obter resultados na alteração do comportamento (como, por exemplos, a pessoa cessar com os choros, volta a trabalhar, a cuidar dos filhos...), **muitas vezes implica em estarmos adiando o contato com o sofrimento, ou, ainda pior, estarmos predispondo à somatização do trauma**:

Não encontrando espaço para manifestar-se emocionalmente, passará ao corpo, em diferentes graus de seriedade.

Sempre que possível, devemos adotar a **linha terapêutica humanista**, onde não existe um roteiro ou prazo pré-estipulado, permanecendo a Terapia à disposição do Cliente.

Este levará o tempo que for necessário para conseguir lidar com a perda, redefinir os papéis e retomar sua vida, em sua nova forma.

Paralelamente aos métodos **Psicoterápicos**, podemos contar com as técnicas de **equilíbrio energético de meridianos**, de chakras e, é claro, a popular **Terapia Floral**, com seu vasto leque de essências, adequadas a cada etapa emocional de nossos Clientes.

Desde a consagrada composição do **Rescue Remedy**, que atua muito bem em momentos de grande variação emocional, até o ideal, que sempre é personalizar a escolha das essências, adequando ao exato momento vivenciado pelo Cliente, os **Florais de Bach** contam com longa tradicional de **auxílio ao luto**.

Esta pauta teria que ser aprofundada muito além do espaço destinado a este Artigo, razão pela qual, pretendo retomar e complementar este tema, em futuras oportunidades.

Por ora, q**ue se registre a solidariedade de todos os Terapeutas Holísticos às vítimas, diretas e indiretas, destes trágicos e recentes acontecimentos**.

Que todos saibam que sempre terão, na **Terapia Holística**, mais um ponto de apoio para a harmonização em suas vidas.

Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913

Jano - Guardião do Tempo - Modelo: Pam - Arte Digital: Henrique Vieira Filho

CALENDÁRIOS, DEUSES E O NEXO TEMPORAL

Final de ano, início de outro...

A humanidade desenvolveu CALENDÁRIOS como uma tentativa de compreender, prever e até conquistar o TEMPO e, assim, acalmar boa parte de nossos temores quanto a este conceito que parece fluir em constante fuga, sendo a distância entre a causa e o efeito de tudo que presenciamos.

Estabelecer e seguir um calendário é adquirir a sensação de segurança, de integrar-se ao ritmo do Universo e esta iniciativa é milenar e comum a todas as culturas.

Existe uma infindável variedade de medições do tempo conhecidas, destacando-se os calendários egípcio, grego, asteca, romano, maçônico, revolucionário (relativo à Revolução Francesa de 1789), chinês, muçulmano, gregoriano....

O que existe em comum é a tentativa de marcar no tempo, pontos de referência que relacionados aos fenômenos naturais, cuja evolução e repetição periódica são passíveis de observação.

> Organizar o tempo é ter-se a impressão de dominar, através da regulamentação, aquilo a que não se pode escapar. É possuir um meio de marcar as etapas da própria evolução humana, exterior ou interior, e de celebrar, ao mesmo tempo, numa data fixa, tudo aquilo que faz lembrar as relações do homem com os deuses ou o cosmo, ou com os mortos. A contemplação de um calendário evoca o perpétuo reinício. Ele é o símbolo da morte e do renascimento, assim como da ordem inteligível que preside ao escoamento do tempo; é a medida do movimento.

(Extraído de CHEVALIER, Jean - Dictionnaire des Symboles. Paris, Éd. Robert Laffont S.A. e Ed. Júpiter, 1982)

Por serem mais curtos e mais fáceis de observar, os ciclos lunares formaram a base dos calendários de muitas culturas. O ciclo solar é mais complexo, exigindo estágios culturais mais avançados para serem adotados.

O calendário egípcio antigo já era bem elaborado e perfeitamente adaptado às necessidades locais: ano de 365 dias, dividido em 12 meses de 30 dias e mais 5 dias adicionais, sendo os meses, agrupados em três estações: inundação, inverno, verão.

Dias e noites são divididos em 24 horas, que a astronomia helenística subdividirá em 60 minutos, de acordo com o sistema sexagesimal que é de origem babilônica.

Já entre os primeiros hebreus, o sistema era lunar, herdado dos fenícios, porém, no período bíblico, passou a ser solar.

Via de regra, o calendário está em paralelo com os ciclos da natureza.

Porém, a modernidade impôs, de forma global, uma uniformidade COMERCIAL, sendo adotado um mesmo padrão em todo o mundo, ignorando-se a falta de sincronismo com os eventos naturais.

Ampulheta Mística
Modelo: Rilda
Arte Digital:
Henrique Vieira Filho

Por exemplo:

Eenquanto o "fim de ano", no Hemisfério Norte, está em sincronia com o **INVERNO**, ou seja, o período de declínio energético, do risco de morte, das adversidades da natureza, seguido na **PRIMAVERA**, como ponto de partida de um "ano novo", aqui **no Brasil**, temos que nos convencer que o ciclo "acabou" justamente no **VERÃO**, ou seja, quando estamos no auge da energia e deveríamos estar no máximo da ação...

Boa parte do calendário atualmente adotado, deriva dos modelos juliano (homenagem ao imperador romano Júlio Cezar...) e gregoriano (dedicado ao papa Gregório...).

Para melhor compreender os significados simbólicos atribuídos a cada mês, existe uma interessante série de poemas escritos por Públio Ovídio Nasão (Publius Ovidius Naso), em seu livro Fastos, onde descreve as festas religiosas romanas, dos seis primeiros meses do ano.

Mesmo sendo um autor "pagão", Ovídio permaneceu na lista de literatura "permitida" pelo Vaticano do século XII.

O mês de **Janeiro**, *Ianuarius mensis*, em latim, era dedicado ao deus Jano, protetor de todos os começos, representado com duas faces, uma voltada ao passado, outra, ao futuro, sendo conhecedor de tudo o que já ocorreu ou que virá a acontecer.

Februarius mensis, ou, **Fevereiro**, é o mês reservado às cerimônias de purificação e expiação denominadas **Februa**, não sendo dedicado exclusivamente a nenhuma divindade em especial.

Março, *Martius mensis*, relativo a Marte, deus guerreiro, era o mês inicial do antigo calendário romano, pois era considerado o pai mitológico de Rômulo, primeiro rei de Roma, além de preparar para a primavera (hemistério norte...) que aflora no mês seguinte, ou seja, **Abril** (*Aprilis, aperire*),

que significa **ABRIR**, período dedicado a Vênus, deusa da fertilidade, do amor; também, são homenageadas as deusas Flora, Vesta e Ceres.

O mês de **Maio** (*Maius mensis*, em latim), possui variadas versões quanto à etimologia: ou deriva da deusa **Maia**, mãe de Mercúrio, como também pode originar de "aos Maiores" (Maius), ou seja, período dedicado aos mais velhos, aos antepassados.

Por sinal, esta versão corrobora a de que **Junho** (*Iunius, iuvenis* = jovens, juniores...) fosse um período em homenagem aos jovens; outrossim, também pode ser atrubuído à deusa romana **Juno**, que é assemelhada à poderosa Hera, da mitologia grega.

Alguns estudiosos associam ao verbo *iungo*, que significa juntar, unir, pelo fato de ser este mês atribuído ao da unificação entre os romanos e os sabinos (após o episódio do "rapto das sabinas"...).

Os meses de **Julho** e **Agosto** homenageiam os imperadores romanos **Júlio** e **Augusto**, iniciando-se, a partir deste ponto, a nomeação sequencial numérica para os demais (antes de Júlio Cezar, o calendário era subdivido em 10 meses...):

Setembro (*mense septembri*, relativo ao numeral "sete"), **Outubro** (*Octóber mensis*, oito...), **Novembro** (*novembris*, nove...) e **Dezembro** (*decèmber*, dez...).

Como podemos constatar, nosso calendário atual é povoado por deuses, imperadores e algarismos romanos e certamente existe uma **SINCRONICIDADE** entre tais tópicos e as predisposições comportamentais de cada mês...

Se nas regiões Norte de nosso planeta, ainda existe uma cerca sincronia entre o significado de cada mês e as estações do ano, tornando mais fácil o entendimento, ainda assim, por força da globalização que padronizou as medições do **TEMPO**, perdeu-se a relatividade e universalizou que dezembro é o FIM (ainda que no Brasil, seja VERÃO e não inverno...) de um ciclo, que re-INICIA em janeiro (que aqui, ainda é verão, ao invés de PRIMAVERA...).

Na antiguidade, os povos comemorariam o término do período difícil, de tempo frio, neve, isolamento, falta de alimento, alegrando-se com a volta do calor, da abundância de recursos, do retorno às atividades, ao desbrochar da vida...

Modernamente, continuamos a celebrar, não mais pela sintonia de nossas emoções com a natureza à nossa volta, mas sim, muito mais por adaptações religiosas às datas festivas "pagãs" e pela pressão social que impõe a todos seu **calendário COMERCIAL padrão**.

Outrossim, não raro, muitos de nós sentem-se desconfortáveis, até mesmo envoltos em emoções "contra a corrente" do momento, vivenciando tristeza, raiva, medo...

Talvez, interiormente, estejam ainda em pleno **FOGO** de verão, desejosos em realizar sonhos, em materializar objetivos, enquanto o restante da sociedade lhe despeja um balde de gelo invernal, dizendo: acabou-se o TEMPO...

O mito de **Jano,** o rei-deus guardião de Saturno/Cronos (o tempo...), homenageado, não por acaso, em Janeiro (início dos anos...) nos apresenta um rosto voltado para o passado, outro, ao futuro e uma fusão que ocorre no exato momento da passagem entre os extremos, o **NEXO**, instante fora do tempo e espaço, em que é sentida intensa comoção pelo término de um ciclo de vida.

O sofrimento experienciado por muitos de nós, é consequência da permanência no **Nexo**, refúgio desconfortável onde se ilude eternizar aquilo que é efêmero, passageiro....

É o **complexo saturnino**, descrito na **Psicanálise,** com a recusa de "perder", de deixar passar, aquilo a que nos ligamos sucessivamente na vida, evocando o outro lado do mito de **Cronos**, em que devora seus próprios filhos.

Jano toma conta do **TEMPO**, sem jamais pretender dominá-lo ou detê-lo.

É igualmente o senhor dos portais, das entradas e saídas, e ao fechar uma porta, simultaneamente abre outra...

Sofremos por insistir no caminho já trilhado e agora fechado, deixando de perceber a nova porta aberta, à espera de nossa passagem por ela.

Ainda que sem sincronia perfeita com a natureza (individual e ambiental...), que o calendário que, não por acaso, adotamos, bem nos sirva para cerrar, como chave-de-ouro, as portas em 2014 e para abrir o **novo ciclo de 2015**.

Esses são os votos de um feliz rito de passagem, de seu colaborador junguiano e sem nexo.

Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913

OBRIGAÇÃO DE SER FELIZ VS ANGÚSTIA DE FIM DE ANO

Os meios de comunicação em massa imprimem uma "obrigação" de felicidade neste período do ano.

Vendem imagens de pessoas alegres, bonitas, festejando em famílias harmoniosas, todos de bem com a vida.

Quem não se enquadra neste estado de espírito se vê pressionado para "adequar-se", cobrança esta que pode amplificar ainda mais a angústia que sente.

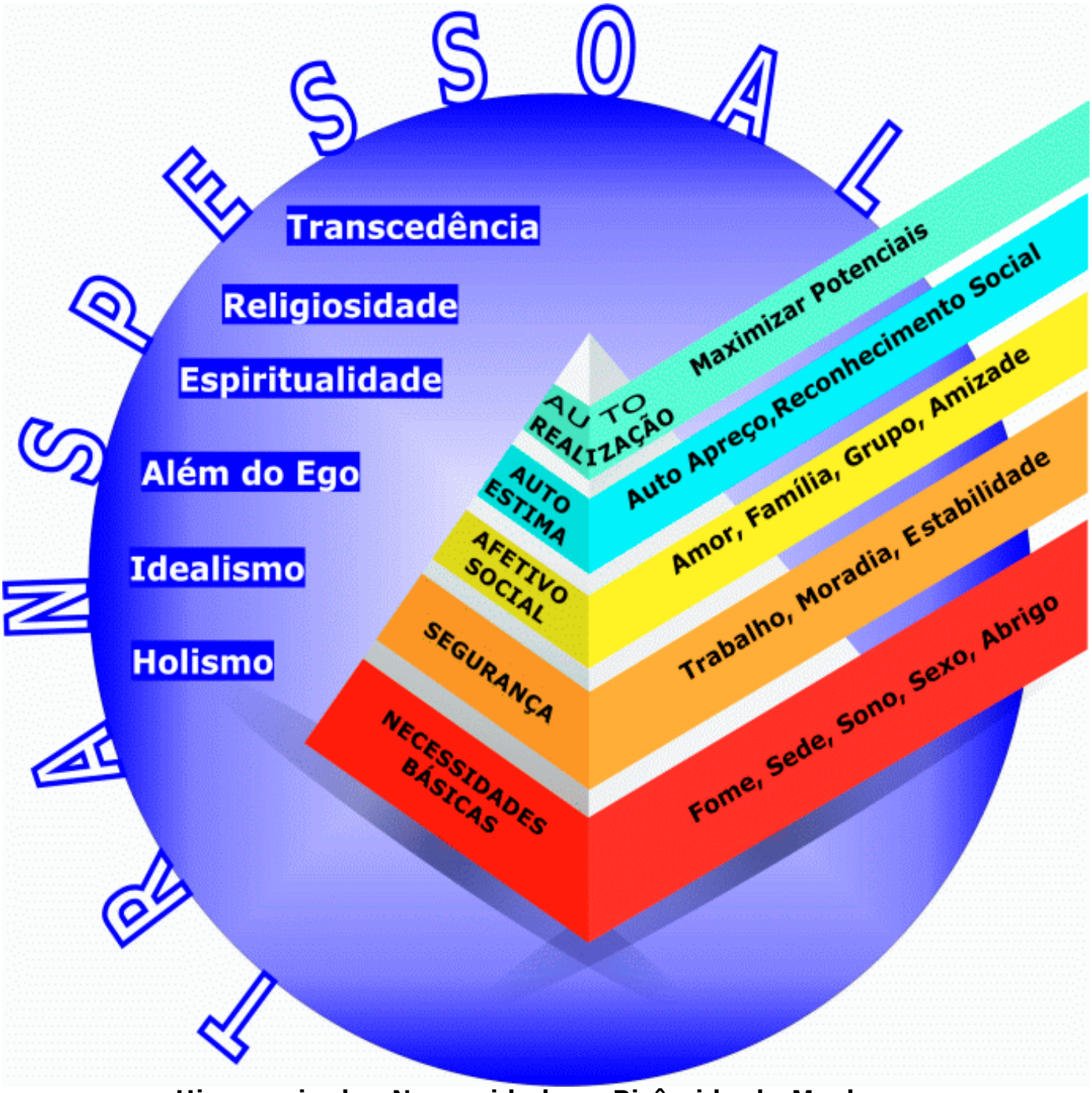
Angustia de Fim de Ano
Modelo: Pamela
Arte Digital: Henrique Vieira Filho

Estes festejos tem origem milenar relacionados ao final do inverno (frio, neve, escassez...) e o retorno do sol (calor, primavera, fartura de alimentos...).

Era uma celebração coletiva pela sobrevivência ao período mais difícil do ano e a esperança que vem com a nova estação.

Em nossos novos tempos, as necessidades básicas de sobrevivência da maioria estão supridas.

Por esta razão, os anseios se voltam para questões mais transcendentes, tais como a satisfação afetivo-social, a auto-estima e a auto-realização.



Hierarquia das Necessidades - Pirâmide de Maslow -
Arte Digital: Henrique Vieira Filho

A idéia de que estamos no “final” de um ciclo, via de regra, conduz a um “balanço de resultados” e, geralmente, a constatação é de que ficamos abaixo de nossas expectativas.

Em uma das variantes da mitologia natalina, a figura de Papai Noel é inseparavelmente relacionado à de seu ajudante, o qual carregava um saco para levar embora as crianças que não se comportaram bem durante o ano.

A versão foi sutilizada com o tempo e a sacola agora traz presentes para os bem comportados, enquanto os outros, nada recebem...

Ou, quando muito, uma pedra de carvão, alertando que não fez por merecer.

"

Só a permanência oculta, mas ainda efetiva, da face severa e punitiva do velho Noel justifica que a ele sejam entregues em sacrifício os prazeres orais mais regressivos aos quais é preciso renunciar para crescer.

Bicos e mamadeiras são sacrificados anualmente no altar natalino em nome do Papai Noel.

A decoração natalina erige ostensivamente a rubra representação paterna à categoria de imagem incessantemente repetida.

Cada casa tem que ter o seu, pendurado dos mais diversos jeitos, ele sempre tem que estar presente, o onipresente pai que chega com o fim do ano.

O pai protege, mas ensina a crescer, dá mas exige que se conquiste.

Se muitos pais modernos sonegam ou procrastinam esta tarefa, bem vindo seja o Papai Noel a desempenhá-la antes que o ano acabe e os balanços anuais desabem sobre nossas sempre parcas realizações.

"

(Extraído do "Correio da APPOA", número 64)

Existe introjetado em todo ser humano a "cobrança", a autocrítica, em grau menor ou maior e, para este último caso, o período de festas amplifica ainda mais a sensação de "frustração", perante as realizações não conquistadas que, não raro, ofuscam a percepção do que de positivo aconteceu.

O final do ano atua como "término de prazo" para concluir as metas almejadas.

Precipita um "julgamento" de que não fez por merecer, somando a sensação de culpa, às emoções de tristeza e até mesmo raiva, que parecem ter menos "espaço" de aceitação nestas épocas em que ser feliz se torna mais uma "obrigação" que não foi possível cumprir, retroalimentando a angústia pelo sentimento de inadequação.

No campo afetivo, cada um elabora suas "perdas" (mortes, separações, enfermidades, acontecimentos traumáticos, etc...), seus "lutos", de formas distintas, cuja duração não ocorre com "prazo", nem "data" pré-definidos para encerrar.

Porém, a sociedade "exige" que se festeje esse período, pressionando quem "ouse" estar em outra "sintonia" emocional. Entes queridos e próximos se esforçam para "impor felicidade", via de regra, na melhor das intenções, mas impedem a pessoa de vivenciar sua tristeza e, por consequência, de elaborar os acontecimentos e "crescer" com o processo.

Este período de festas também "exige" família perfeita, completa e harmoniosa, compartilhando presentes, refeições, sorrisos e abraços.

Mas, o que fazer com todas as brigas, os traumas, as mágoas, as agressões (emocionais e físicas nos mais variados níveis de gravidade...) ?

Apesar da incontestável beleza do ideal do perdão, a realidade deve ser aceita de que a superação vai muito além da intenção.

Quantos relatos já presenciei, em consultório, do terrível sofrimento de pessoas que se viram obrigadas a permanecer, lado a lado, junto a seus agressores, por serem "família" e estarem "festejando", tudo em nome do "espírito natalino".

E ainda "exigiam" sorrisos e abraços a serem sobrepostos ao pavor, ao ódio, à humilhação sentidas...

Em menor grau de traumaticidade, existe outras "cobranças" sutis que afloram nestes momentos em que se exije a "família padrão" propagandeada pelos meios de comunicação: os solteiros, os casais sem filhos, os que ainda não decidiram pela carreira ou optaram por uma não convencional...

Enfim, todos que não se enquadram no "retrato padrão" tendem ao sentimento de rejeição.

"

A festa de natal convoca cada um para que assuma seu lugar na família.

A ceia presente ou ausente, mais ou menos lauta ou festiva, termina sendo para todos uma espécie de teste.

Durante o ano podemos variar e ensaiar posição frente à família, mas na festa de natal o peso dos lugares está dado.

Para os namorados em qual família passar é um drama, para os solteiros ainda maior pois lhes é cobrado, ainda que ninguém lhe diga nada, a sua solidão.

Sabemos todos que é ali o dia de mostrar as melhores intenções quanto à continuação da família.

"

(Extraído do "Correio da APPOA", número 64)

Claro, muitas pessoas realmente se sentem bem neste período do ano.

Outrossim, este artigo é para observar que este "espírito festivo" não é aplicável a todos.

Muitos estão mais para negar sua dor, do que sinceramente alegres.

Pressionados pelas pessoas próximas, bombardeados pelos meios de comunicação que "vendem" a obrigação de ser feliz, seja pelas propagandas de momentos perfeitos, ou pela avalanche de filmes e músicas que remetem ao tema, quantos de nós utilizam de recursos capazes de "diluir" seus reais sentimentos e simular o "espírito festivo": consumismo exarcebado, festanças, excessos alimentares, drogas (bebidas, cigarros, entorpecentes, alucinógenos, etc, etc...).

Nestes casos, não raro, assim que cessam as emoções artificiais, o re-contato com as verdadeiras costumam ser ainda mais sofridos.

Nós, Terapeutas Holísticos, assim como muitos outros profissionais que também atuam com Psicoterapia, comumente interrompemos as atividades de consultório justamente nestes períodos festivos.

Temos a obrigação de nos dar conta que são momentos extremamente críticos para boa parte de nossos Clientes.

O ideal é que se trabalhe previamente sobre o tema, trazendo à pauta na Terapia a questão das festividades e que se desenvolva recursos capazes de amparar e harmonizar, para um melhor enfrentamento.

Por exemplos, vivências e/ou psicodramas, onde exercícios de imaginação conduzam o Cliente para as festas e situações de família, possibilitando a análise das reações, perspectivas e anseios, como um "treino" do que pode ocorrer, vivenciado no ambiente seguro de consultório.

Outro bom recurso são as essências florais, bem escolhidas e personalizadas (não existe "floral para fim de ano"; cada caso é um caso, cada momento do Cliente, uma composição única e diferenciada de essências..), ou, na impossibilidade de acompanhar o quadro emocional no período, utilizar do Rescue Remedy (sistema Bach), tradicionalmente aplicado em situações emergenciais.

Na verdade, TODAS as técnicas podem ajudar e muito, pois, quanto mais harmonizado o indivíduo, melhores serão suas condições em lidar com as adversidades.

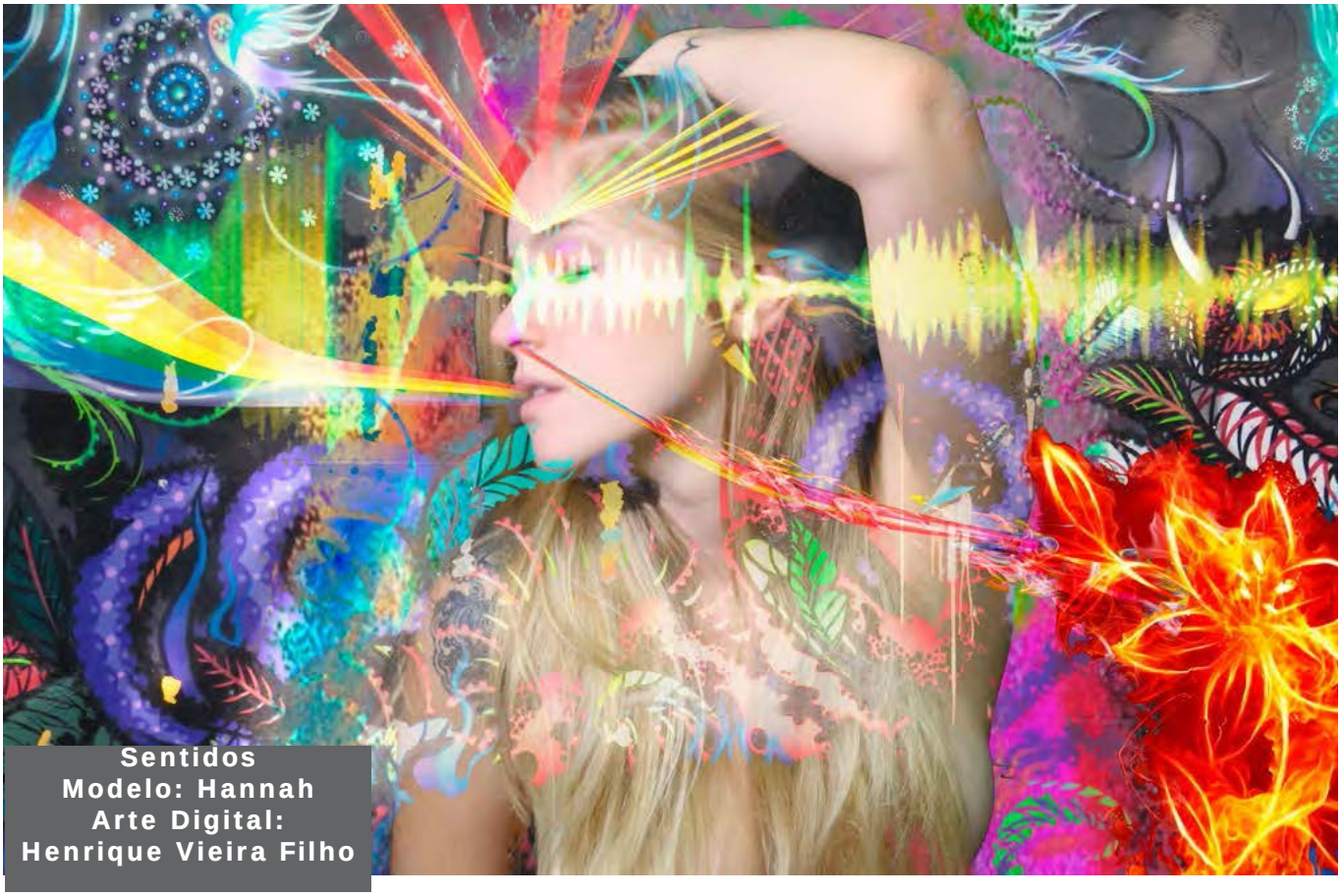
E para todos os que leram este texto, desejo um ótimo período de festas !

Em tempo: **SEM nenhuma obrigação de ser feliz !**

Henrique Vieira Filho - Terapeuta Holístico - CRT 21001,

é autor de diversos livros da profissão, ministra aulas na **CEATH - Comunidade de Estudos Avançados em Terapia Holística**.

contato@sinte.com.br (11) 3171-1913



Sentidos
Modelo: Hannah
Arte Digital:
Henrique Vieira Filho

A PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DO ATENDIMENTO TERAPÊUTICO

A percepção da qualidade pelo cliente em seu atendimento terapêutico pode ser observada por sua manifestação de confiança, satisfação e intenção de continuar, com ou sem o Psicoterapeuta, a agir para ajudar a si próprio a livrar-se do que o aflige em função do conjunto das características física, orgânicas, mentais, psíquicas e afetivas.

Isto é, a satisfação das suas necessidades.

A qualidade pode ser definida como a percepção do cliente do feitio ou da primazia no seu atendimento terapêutico. Em termos práticos, a mensuração da qualidade percebida no atendimento terapêutico deverá revelar informações para que o Psicoterapeuta tenha condição de compreender os motivos das necessidades, das preferências ou das rejeições do cliente.

É sabido que o corpo físico tem cinco órgãos com a função de perceber impressões do mundo externo:

1) Olhos,
2) Ouvidos,
3) Língua,
4) Nariz e
5) Pele.

Dessa forma, as atividades diretamente envolvidas que antecedem e sucedem as ações terapêuticas tornam-se importantes para o aprofundamento dos conhecimentos dessas interações, pois entender o conteúdo do cliente também significa ser capaz de compreende-lo holisticamente, indo além do que está sendo relatado e apresentado.

É sabido que os seres humanos abrangem ou encerram várias necessidades que são observáveis sob diferentes aspectos.

O Psicoterapeuta que não conseguir a harmonia com o Cliente está enganando a si próprio.

A confiança do Cliente será obtida na escuta holística com acolhimento e total disponibilidade, sem avaliar, julgar ou confundir-se com o ele, pois o cliente segue a crença de que o Psicoterapeuta vai fazer o possível para ajudá-lo a se libertar dos conflitos que o afligem.

O olhar terapêutico é muito importante haja vista a quantidade de informações transmitida pelos olhos em comparação por exemplo, com os ouvidos.

É sabido que o nervo ótico contém aproximadamente dezoito vezes mais neurônios do que o nervo coclear, e dessa forma, acredita-se que ele transmite maior número de informações.

A informação visual tende a ser menos ambígua e mais evidente do que a informação auditiva.

É provável que os olhos sejam até mil vezes mais efetivos do que os ouvidos, no recolhimento de informações(HALL, 1977).

O conjunto das características que geram a confiança mútua muitas vezes é apoiado em interações anteriores de o quê, quem, como e quando está acontecendo, sendo a forma como o cliente conhece o Psicoterapeuta.

Neste sentido, a confiança reduz a complexidade do atendimento fornecendo uma compreensão do presente.

O aumento da confiança é muitas vezes a revelação do resultado da credibilidade que reduziu a incerteza.

O Psicoterapeuta, através da possibilidade do desenvolvimento contínuo e coerente do atendimento, deve qualificar o seu consulente não pelo termo paciente, mas por cliente, esboçando ou delineando desse modo o não aceitamento de qualquer circunstância privilegiada e de qualquer indício de superioridade, procurando a adequação de vocabulário a fim de que o cliente comprenda que está recebendo a atenção aos seus relatos.

O Psicoterapeuta deve se concentrar nas mensagens transmitidas pelo cliente, reformula-as e repetir-las com outros termos e sob uma forma mais concisa e explícita, facultando ao cliente a possibilidade de se reconhecer a si mesmo. (BERNARD, 1978).

A satisfação também pode ser definida como a emoção subjetiva do cliente, resultante de uma avaliação favorável da experiência com o atendimento terapêutico.

Ela é uma avaliação cumulativa, que descreve a experiência geral com base em uma mistura de interações entre o cliente e o Psicoterapeuta.

Empiricamente, a satisfação é um fator determinante da preferência do cliente sendo sua observação valiosa para explicar as motivações que fundamentam o comportamento dos clientes.

São muitas as formas e as práticas terapêuticas existentes, entretanto, há algo em comum: a satisfação com o trabalho.

Isto porque, o cliente pode se libertar de seus conflitos com quaisquer técnicas, pois o que importa é o que ele foi, e o que atualmente é.

As duas formas de estar satisfeito com o trabalho é fazer o que se gosta e aprender a gostar do que se faz.

A primeira é bem mais fácil, desde que se tenha a sabedoria para escolher. A segunda é mais difícil, pois exige vontade para fazer e força para continuar em estudo profundo a fim de descobrir especificidades, envolver-se e tomar gosto.

Se não conseguir nem um, nem o outro, o máximo que o Psicoterapeuta poderá fazer é aprender a harmonizar sua insatisfação. (MAGALHÃES, 1977).

A intenção de continuar é aquilo que o Psicoterapeuta espera que aconteça, entretanto, depende do julgamento dos clientes.

O Psicoterapeuta deve compreender a influência de sua personalidade ou, melhor, a que ele exerce sobre o cliente, pois isso acontece espontânea, natural e inevitavelmente, entretanto, deve suprimir os aspectos do entusiasmo que poderiam ser perniciosos ou criar obstáculos ao atendimento terapêutico, enfatizando ou mesmo desenvolvendo, se ausentes, as influências que são construtivas e úteis para a terapia. (ASSAGIOLI,1970).

O Psicoterapeuta deve saber quais informações pretende obter antes, durante e após o atendimento terapêutico e estar preparado para uma possível, contudo, sadia desilusão do cliente com a terapia; e mais, o saber, é e será sempre o relato que o Psicoterapeuta escuta até onde possa ir à vontade de conhecer ou de descobrir o que o cliente revela.

BERNARD, Michel M.B. Carl Rogers: a tentativa de ser si mesmo. Psicologia Moderna Os 10 grandes do inconsciente. Vol. 4 Págs. 242 e 243. Centre d'Étude et de Promotion de la Lecture, Paris, 1978 e VERBO – Lisboa/S.Paulo,1979.

HALL, Edward T. A Dimensão oculta. Págs.50 e 51. Livraria Francisco Alves Editora S.A. Rio de Janeiro-RJ.1977.

MAGALHÃES, Luciano de Alves. LAMPEJOS- Um ensaio sobre o método quadrifocal para a expansão da consciência, pág. 36. 2a ed. Belo Horizonte - MG. Oficina de Arte e Prosa. 1997.

ASSAGIOLI, Roberto. Psicossíntese - Manual de princípios e técnicas, pág. 237. Ed. CULTRIX. São Paulo -SP.1970.

Raimundo Amim Lima Haddad - CRT 38326 - Terapeuta Holístico, trabalha com Reiki, Calatonia, I Ching, Florais, Terapia Corporal e Fitoterapia, dentre outras técnicas.

amimhaddad@amimhaddad.com

EQUILÍBRIO ENERGÉTICO

Todos nós enquanto parte de uma sociedade nos vemos obrigados a conviver com outras pessoas, muitas vezes sem ter nenhum tipo de afinidade..

Saber lidar com os altos e baixos do humor e temperamento do próximo se torna habilidade fundamental para conseguir conviver amigavelmente,seja no âmbito profissional ou pessoal.

Porém existem pessoas que se tornam extremamente toxicas,que usam suas oscilações de humor pra manipular e intimidar o outro.

Por um lado temos aqueles que se deixam influenciar por palavras ,atitudes ,energias que acabam prejudicando demasiadamente sob o aspecto físico e emocional.

Por outro lado nos deparamos com pessoas que são extremamente negativas,que se satisfazem em manipular a vida do outro,nos transformando numa versão má de nos mesmos.

Essas pessoas tem um grande poder de persuasão e consomem toda energia ao seu redor.

Ambos necessitam de ajuda, de terapia.

Dentre diversas técnicas utilizadas na terapia holística o aconselhamento seria parte fundamental em descobrir a raiz dos problemas,daquele que se deixa abusar e daquele que se compraz abusando.

A psicoterapia holística através de suas varias técnicas nos convida a nos conhecermos ,a uma viagem pra dentro de si mesmo.

Entender por que nos deixamos influenciar e muitas vezes deixamos de lado nosso poder e energia pessoal.

O equilíbrio energético é de suma importância para que possamos desenvolver ate mesmo as atividades corriqueiras e viver em harmonia conosco principalmente, e com o mundo ao redor.

É muito importante equilibrar suas energias, seu campo de energia vital , seus chakras e meridianos e fazer uma limpeza energética.

Existem Clientes que se deixam dominar a tal ponto de passarem a desenvolver sintomas físicos.

Dentre as diversas técnicas que podemos indicar, o Reiki , florais e o aconselhamento são as mais utilizadas.

São técnicas que irão trabalhar direcionamento e a aplicação da Energia Vital Universal, para promover o equilíbrio energético, prevenção das disfunções e para proporcionar maior qualidade de vida.

Com a ajuda dos florais cada emoção sera harmonizada,proporcionando um maior equilíbrio.

O aconselhamento é um processo entre o terapeuta holístico e seu cliente que proporciona auto conhecimento, domínio de suas emoções e tomada de decisões sem interferencia de terceiros.

Através da Terapia Holística podemos encontrar diversas opções, caminhos que nos levem a ter qualidade de vida, ser bem sucedidos em todas áreas de nossas vidas!

Fernanda De Matos Marinho
Terapeuta Holística - CRT 49352

Atua com Psicoterapia Holística e I Ching.

O QUE ESPERAR DE 2017

2016 foi um ano para findar ciclos não somente por está sendo regido pelo o número 9, mas principalmente porque astrologicamente está findando um ciclo de 36 anos da regência do planeta sol.

Período este de tempo o qual fomos levados para uma consciência de si, para um desenvolvimento do eu sou.

As práticas holísticas em geral foram para o contexto do Eu Sou, do despertar, um grande aprendizado para aqueles acima dos 36 anos, não é verdade?

Certamente um novo mundo vem surgindo dentro destes 36 com o nascimento de seres mais desapegados, mais determinados, trazendo um novo momento para o nosso universo, novas ideias, novos ajustes e desasjustes, ou seja, grandes aprendizados para todos nós.

2017 estará regido pelo o número 10=1 e 0.

Dez é um número composto por dois outros números mágicos: o um e o zero.

O um é o número que simboliza: liderança, vitória, força, virilidade e masculinidade.

Representa o princípio da unidade, o indivisível, o ilimitado em si mesmo e em sua potência.

O “zero” não é propriamente um número, mas um conceito matemático que designa a não existência de algo.

Por sua forma circular que lembra o oroboro, uma serpente mordendo a própria cauda, representa ao mesmo tempo o vazio e a eternidade.

Da união do um com o zero, surgiu o número Dez, representando a perfeição da ordem divina.

O Alfa e o ômega, início e fim, tudo e nada.

O “um” representa o início, os novos projetos, a nova vida, as novas ideias.

E a partir de 20 de março o ano estará regido pelo o planeta Saturno.

É também o início de um novo período de 36 anos regido por saturno.

Cada ano dentro destes 36 anos com a subregência de outros planetas e assim consecutivamente.

2017 terá a subregencia de saturno dentro de um grande ciclo do mesmo planeta.

Trazendo amadurecimento, certeza, metodologia, sobriedade, mas também a melancolia e uma grande mudança para aqueles que ainda não sabem o que querem e a certeza da mudança será exigida.

Portanto aproveite para meditar, traçar caminhos, gestar planejamento, jogar fora as coisas inacabadas, limpar o que de fato não serve mais e seguir somente com o que deseja ser, sem o medo de ser feliz ainda em 2016, certamente dá tempo para muita coisa, se acreditar que necessita de um auxílio terapêutico, agora é a hora.

2017 certamente será um ano melhor, vem para impulsionar a nos relacionarmos melhor, promover as parcerias no campo afetivo e nas relações pessoais.

Se auxilie neste caminha e faça hoje a limpeza do seu coração, não consegue sozinha, busque ajuda.

Limpe sua casa, seu armário, os maus entendidos, faça exercícios do perdão, reconheça seus erros, aceite tudo sem julgamentos, apenas com agradecimento pela a oportunidade de aprendizado.

O trabalho não fluiu muito bem em 2016?...

...Ok. Sem problemas.... Serviu para mostrar o que deve mudar.

Aproveite e faça novas metas, mais bem formuladas e mais simples. Saturno exige maturidade na simplicidade com profundidade.

O seu campo afetivo balançou?
...Certo... Deixe de lado o desejo de um protótipo e aceite as pessoas como elas são.

Na espiritualidade sente que falta algo? Sim, é provável ! Não julgue e apenas sinta e siga o coração destribuindo amor e gratidão.

Para findar esse ano, depois de tudo limpo fisicamente e emocionalmente, faça um pequeno ritual de agradecimento ao que foi para deixar que o novo venha.

Use uma roupa que lhe seja confortável e que lhe traga alegria.
Mas, o uso do tradicional branco pode ser interessante manter, para trazer o fluxo da paz.

Se desejar outras opções pense na possibilidade do laranja para trazer força, azul claro para trazer equilíbrio, o amarelo para trazer o fluxo da criatividade.

Acenda se puder uma vela prateada. E faça seus pedidos para o novo ano a meia-noite (01h00min por ser horário verão).

Tome antes, um banho com um chá feito das folhas de alfazema.

Uma ótima opção que irá auxiliar na limpeza energética e acalmar o campo áurico.

Incensar a casa com jasmim e usar aromas de alfazema, muito bom para equilibrar o ambiente.

Agora, deixo aqui algumas impressões para cada signo no decorrer do novo ano.

Áries = Abra o coração e a mente permitindo amadurecimento e firmeza na mente e confiança no coração.

Touro = Superar medos e unir forças, momentos para deixar o outro entrar para auxiliar na potencialidade das forças, permitindo parcerias e dividir dificuldades e prazeres.

Gêmeos: Se permitir na entrega dos sentimentos, perder o medo de amar e ser amado.

Câncer: Um grande desafio, aprender está aberto para consolidação profissional e de conhecimentos.

Leão: Amadurecimento emocional. Olhar com calma o outro e a si mesmo.

Virgem: Para prosperar, sua lição será desenvolver o desapego e a gratidão.

Libra: missão expandir e lição desapegar. Deixar ir, deixar fluir.

Escorpião: Os desafios do ano: investir no essencial, cortar o supérfluo, conhecer-se mais a fundo.

Sagitário: Queira ou não o amadurecimento é o lema, portanto relaxa e apenas perceba, se tentar segurar o velho sofrerá.

Capricórnio: Grandes lições durante este ano, necessariamente resolver as pendências da alma, grande crescimento espiritual.

Aquário: Seu lema será ser ético, justo e equilibrado para usufruir nos últimos meses do ano.
Peixes: Unir e cooperar será o seu lema.

Desejo um 2017 repleto de força, equilíbrio, amadurecimento e crescimento.

Que aqueles que assim estejam prontos a perceber e estiver na fonte do equilibrio, que a prosperidade seja plena.

Ser prospero é a missão de todos, reconhecer a prosperidade é do momento de cada um.

Feliz 2017!

Celi Coutinho - Terapeuta Holística - CRT 21270,

é autora de vários livros e atua com Terapia Ayurvédica, Numerologia, Yôga dos Números e Terapia Tântrica.

www.celicoutinho.com.br

Livroteca

A Livraria da Terapia Holística

Vídeos CDs

Livros Exclusivos

Lançamentos

www.livroteca.com.br

contato@livroteca.com.br

0300-8888888

pagseguro 12x VISA 12x MasterCard 12x 12x 12x Hipercard 18x